

## **In gesprek met de cliënt over seksualiteit.**

### Begin met een goede voorbereiding.

Bereid jezelf goed voor als je in gesprek gaat met de cliënt over seksualiteit. Je voorbereiding is een hulpmiddel, geen doel op zich. Een goede voorbereiding geeft je houvast in het gesprek. Maar het verloop van een gesprek is nooit te plannen. Je weet niet wat een cliënt gaat vertellen. Kap de cliënt niet af, laat hem maar vertellen. Luister goed en bepaal waar je wel of niet op in moet gaan. Dus je geeft de cliënt de ruimte om te vertellen wat hij kwijt wil. Jij bepaalt de vragen, waar wil je meer over weten.

- Wat is het doel van het gesprek?
- Wat staat er in het OP van de cliënt?
- Wat is er bekend over de seksuele ontwikkeling van de cliënt?
- Hoe wordt er thuis omgegaan met seksualiteit?
- Welke onderwerpen wil je bespreken?
- Welke vragen wil je stellen?
- Wat wil jij de cliënt vertellen?
- Zijn er materialen die je er bij gaat gebruiken?

### Doel van het gesprek.

Waarom ga je het gesprek voeren? Is er een aanleiding? Een voorval of een uitspraak van de cliënt? Is het een eerste oriënterend gesprek? Ook het doel kan een houvast zijn voor het gesprek. Het kan er voor zorgen dat je bij het onderwerp blijft, niet te snel of vaak afwijkt. Mogelijke doelen kunnen zijn:

- Oriënterend: waar zit de cliënt in zijn seksuele ontwikkeling, wat weet hij en wat zijn zijn wensen en behoeften.
- Hulpvragen inventariseren: Wat zijn mogelijke hulpvragen op dit vlak.
- Voorlichting geven. Ook op het gebied van hygiëne en SOA-preventie.
- Bespreken van een probleem of dilemma.
- Bespreken van een negatieve of positieve gebeurtenis.
- Nagaan of er sprake is van vrije wil (als de cliënt een relatie heeft of seksuele contacten). Indien dit niet het geval is, stop je het gesprek en neem je direct contact op met de gedragskundige en de clustermanager.

### Afspraken maken.

Om het gesprek goed te laten verlopen zijn er een aantal afspraken nodig. Afspraken over het doel van het gesprek, wie er van mag weten en wie niet,

wat je moet doen als je iets niet begrijpt, enzovoort. Bespreek met de cliënt de volgende punten:

- Doel van het gesprek.
- Verslaglegging; wel (hoe en waar) of niet.
- De vertrouwelijkheid van het gesprek. Behalve als hij dingen vertelt die bij de wet verboden zijn. Je kan nooit geheimhouding beloven.
- Wat doe je als je de vraag niet wilt beantwoorden.
- Wat doe je als je iets niet begrijpt.
- Wat doe je als je meer wilt weten.
- Hoe gaan we bepaalde zaken noemen (vagina, plasser, piemel, masturbatie, met jezelf spelen, enzovoort).

### Start van het gesprek / openingszinnen.

De start van het gesprek is lastig. Je begint het gesprek meestal algemeen. "Hoe is het? / Leuke dag gehad? / Wat heb je vandaag gedaan?"

Op een gegeven moment zul je toch de stap moeten zetten en zeggen dat je bij elkaar zit om over seks te praten.

- Is dit de eerste keer dat je met iemand over seks gaat praten?
- Wat vind je daarvan?
- Hoe voel je je?
- Heb je op school les gehad over seks?
- Wat weet je daar nog van?
- Heb je daar nog spullen van?
- Ik heb een boekje / foto / tekening / map / meegebracht om er over te praten. Zullen we daar eens naar kijken.

Niet vergeten:

1. Stel samen het doel vast. Leg uit waarom je samen in gesprek gaat en wat je wilt doen tijdens dit gesprek. Vraag naar de mening van de cliënt. Wil hij er nog iets aan toevoegen?
2. Laat de cliënt vertellen hoe hij zich voelt, wat hij er van vindt om dit gesprek te doen. (spannend, eng, leuk, zenuwachtig, moeilijk, gemakkelijk, interessant, fijn)
3. Geef het toe als je het zelf spannend of moeilijk vindt.

### Professionele houding.

Er is al veel gezegd over je houding. Oordeel niet, geef de cliënt de ruimte, ben flexibel met je planning.

- Ben je bewust van je eigen waarden en normen. Maar laat deze geen leidraad zijn.
- Oordeel niet over wat wel of niet normaal is.
- Stel zoveel mogelijk open vragen.
- Luister goed.
- Vraag door bij onduidelijke antwoorden.
- Laat de cliënt NIET het gevoel krijgen dat hij verantwoording moet afleggen.
- Laat de cliënt NIET het idee krijgen dat hij abnormaal is.
- Probeer alles zo concreet mogelijk te benoemen en te laten benoemen. (Als een cliënt zegt dat hij met zijn vriendin heeft gevreeën, weet je nog niet wat ze hebben gedaan.)
- Check of je de cliënt goed hebt begrepen.
- Check of de cliënt jou goed heeft begrepen.

Tot slot.

Het is lastig om de start van het gesprek in een vaste volgorde te doen. Je begint vaak met een paar algemene vragen. Daarna maak je het bruggetje en de afspraken. Het benoemen van de lichaamsdelen enzo doe je meestal op het moment dat het ter sprake komt.

Onderstaand stuk is gedownload van het Kennisplein.

<http://www.kennispleingehandicaptensector.nl/docs/KNP/verbinding/pdf/workshop%20van%20goedpraten%20naar%20goed%20doen%20-%20achtergrondinfo2.pdf>

## **Zoekgesprek over seksualiteit,**

### **Inleiding**

Praten over seksualiteit met cliënten is een vak: het is voor veel mensen een delicaat, privacygevoelig onderwerp, voor sommigen nog een taboe.

Gesprekjes over seksualiteit worden vaak tussendoor, weinig planmatig en spontaan gehouden.

Toch is het belangrijk dat cliënten begeleid worden in hun seksuele ontwikkeling.

De seksuele ontwikkeling gaat niet vanzelf goed bij mensen met verstandelijke beperkingen. Daarom zullen er naast de spontane gesprekjes over seksualiteit, ook methodisch over seksualiteit gesproken moeten worden.

Om aan te sluiten bij de belevingen, wensen en verlangens en het ontwikkelingsniveau van de cliënten, dienen begeleiders eerst te zoeken naar de belevingen. Maar al te vaak wordt seksuele voorlichting aangereikt aan de cliënt, zonder dat duidelijk is wat de cliënt weet, wil, of aankan. Om dat te voorkomen, is

het zoekgesprek ontwikkeld.

*[ Het zoekgesprek is evenals het begeleidingsgesprek een gesprek, dat gevoerd wordt door de persoonlijk begeleider of de mentor. Het is zaak dat deze begeleiders getraind worden in het houden van dit soort gesprekken]*

Het zoekgesprek over seksualiteit is een open gesprek tussen begeleider en cliënt op het gebied van seksualiteit. Het zoekgesprek onderscheidt zich van het begeleidingsgesprek.

In het zoekgesprek heeft de begeleider de rol van luisteraar en de cliënt vertelt, terwijl in het begeleidingsgesprek vooral samen afspraken gemaakt worden over thema's die met seksualiteit te maken hebben.

Centraal staat dat de uitkomst van het zoekgesprek de begeleider in staat stelt om te bepalen op welk gebied de cliënt hulp en ondersteuning nodig heeft op het gebied van seksualiteit.

Onderwerpen die aan de orde kunnen komen zijn bijvoorbeeld: lichaamsbesef, lichaamsbeeld en zelfbeeld, weerbaarheid ("ik ben de baas over mijn lichaam") kennis over seksualiteit van het eigen geslacht en/of van het ander geslacht, zelfbevrediging, persoonlijke hygiëne, verliefdheid, relaties, anticonceptie, zwangerschap, geslachtsziektes etc. Daarnaast zijn wensen en verlangens, evenals toekomstdromen belangrijke aspecten die uit het zoekgesprek naar voren kunnen komen.

#### **Doel van het zoekgesprek:**

Doel van het gesprek is zicht krijgen op kennis, gevoelens, beleving en opvattingen van de cliënt over seksualiteit. Aan de hand daarvan kan bepaald worden op welk gebied de cliënt begeleiding of ondersteuning nodig heeft.

Het zoekgesprek wordt in veel gevallen gevolgd door een pedagogisch begeleidingsgesprek.

Het zoekgesprek wordt niet gebruikt indien bekend is dat de cliënt seksuele problemen heeft.

## **Het gesprek.**

### **1. Het gesprekskader**

Een zoekgesprek over seksualiteit is altijd doelgericht en vindt plaats in het kader van het individueel begeleidingsplan. De informatie die een cliënt geeft, dient op een integrale, heldere wijze in het begeleidingsplan beschreven te worden.

### **2. De gespreksagenda**

De begeleider stelt de verschillende onderwerpen over seksualiteit aan de orde. Belangrijk is dat hij van te voren, na overleg met orthopedagoog en teamleden, een inschatting heeft gemaakt welke onderwerpen dat moeten zijn. In ieder geval zijn die aangepast aan de ontwikkelingsleeftijd, het geschatte belevingsniveau op seksueel gebied, de situatie waarin de cliënt verkeert.

Aan de cliënt wordt ook de vraag voorgelegd welke onderwerpen, die met seksualiteit te maken hebben, aan de orde moeten komen.

Tijdens het gesprek wordt elk onderwerp afgesloten met de vraag aan de cliënt of hij nog iets over het onderwerp wil vertellen.

De gesprekken zullen niet te veel onderwerpen tegelijk behandelen. Vaak raken cliënten in de war van te veel onderwerpen tegelijk moeten bespreken.

### **3. Grondhouding van de begeleider**

Het zoekgesprek is geen alledaags gesprek omdat het gaat om een specifiek en voor veel mensen beladen onderwerp. Daarom zorgt de begeleider er voor dat het gesprek in een ontspannen sfeer verloopt en dat de verschillende thema's niet met een opgeheven vinger benaderd worden. In een zoekgesprek kan de cliënt vrij uit spreken, de hulpverlener oordeelt niet. Daarnaast is het belangrijk dat de begeleider een ondersteunende en een neutrale houding inneemt. De cliënt moet ervaren dat de begeleider "niets gek" vindt. De begeleider onthoudt zich van het naar voren brengen van eigen normen en waarden.

Daarom is een goede voorbereiding door de begeleider (het gesprek wordt bij voorkeur gevoerd door de persoonlijk begeleider of mentor) van groot belang.

De volgende aandachtspunten voor het gesprek zijn van belang:

- Geef de bewoner controle over het gesprek: waar wil de bewoner het gesprek voeren (op de eigen kamer, op het kantoor), leg bij het begin van het gesprek uit voor wie de informatie bestemd is, of er een verslag ("brief") van wordt gemaakt, waar dat bewaard wordt, wie het verslag bewaart, wie het verslag krijgt, aan wie de cliënt het verslag wil sturen; benadruk tenslotte dat de cliënt zelf bepaalt wat hij/zij vertelt en dat de begeleider daarbij zal helpen. "Jij bent de baas over het gesprek".
- Geef aan dat de informatie uit het gesprek bedoeld is om de cliënt te helpen. Geef het doel van het gesprek aan: "vandaag wil ik even met je praten over.....en ook over seksualiteit". Het is niet perse noodzakelijk om alleen het onderwerp seksualiteit aan te snijden, maar zorg ervoor dat over seksualiteit net zo kan worden gesproken als over ander onderwerpen. "Ik wil graag met jou praten over seks en over dingen die jij van seks weet. Of juist niet weet. Of waar jij graag iets van wil weten. Dat is niet voor straf. Ik wil jou graag helpen bij een heleboel dingen. Dus ook bij seks. Of misschien denk je wel eens na over seks of pieker je wel eens ergens over....dat soort dingen mag je allemaal vertellen. Ik kan niet in je hoofd kijken, dus ik weet niet wat jij allemaal denkt over seks. En ik kan jou pas helpen als jij mij iets vertelt."
- Zoek tijdens het gesprek naar de termen die de cliënt gebruikt om geslachtkenmerken en geslachtsorganen te benoemen of kom samen benamingen overeen. Corrigeer de cliënt niet, als hij platte woorden of foute benamingen geeft. Corrigeren werkt belemmerend voor een cliënt om vrij uit door te praten.
- Zeg, indien de cliënt om geheimhouding vraagt, dat nooit toe. Je weet op voorhand niet wat een cliënt jou in vertrouwen wil zeggen. Meld de cliënt wel dat je discreet met de informatie om zal gaan en leg uit wat er met deze informatie gedaan wordt, naar wie de informatie gaat en naar wie niet en waar de schriftelijke informatie bewaard wordt.

### **4. Gesprekstechnieken.**

Over het algemeen geldt dat hoe "gewoner" een gesprek wordt gevoerd, des te gemakkelijker de cliënt zal praten over de aangedragen thema's.

De volgende gesprekstechnieken, vooral gericht op luisteren, zijn tijdens het zoekgesprek bruikbaar:

*Non-verbaal:*

- *Gelaatsuitdrukking. Aan de gelaatsuitdrukking merkt de cliënt of je geïnteresseerd bent in wat hij/zij vertelt. Sluit met je gelaatsuitdrukking aan bij*

*wat de cliënt zegt: glimlach als dat past bij wat de cliënt zegt of als bemoediging. Te veel glimlachen kan de cliënt het idee geven niet serieus genomen te worden. Fronsens van wenkbrauwen geeft aan dat je je best doet de cliënt te begrijpen, veel fronsen kan opgevat worden als afkeuring.*

- *Oogcontact. Het houden van oogcontact is een belangrijke techniek om interesse te tonen in hetgeen de cliënt vertelt. Stimulerend oogcontact is oogcontact dat af en toe plaatsvindt. Te veel aanstaren geeft de cliënt een oncomfortabel gevoel, vermijden van oogcontact maakt de indruk dat je niet geïnteresseerd bent. Volg de cliënt.*
- *Houding. Een ontspannen, open en licht toegenegen houding geeft de cliënt het gevoel dat je open staat voor zijn verhaal; een strakke houding, rechtop zittend, armen gekruist voor de borst maakt een beoordelende indruk en is niet stimulerend. De cliënt bepaalt hoe dicht bij je mag komen, niet de hulpverlener. Respecteer de grenzen van de cliënt, maar houdt ook professionele afstand.*
- *Gebaren. Gebaren (knikken, armgebaren), die datgene wat de cliënt vertelt volgen, kunnen de cliënt stimuleren om verder te praten. Let op je eigen gewoontegebaren, die de cliënt sterk kunnen afleiden.*

*Verbaal:*

- *Verbaal volgen. Opmerkingen die je tijdens het gesprek maakt, moeten het verhaal van de cliënt zoveel mogelijk volgen. Snijd geen nieuwe onderwerpen aan. Korte bevestigingen zoals “hm, jaja, ga verder” of het letterlijk herhalen van een of enkele woorden uit een zin van de cliënt nodigt uit om verder te gaan.*
- *Stiltes. Stiltes laten vallen geven de cliënt tijd om na te denken hoe een vervolg aan het gesprek te geven. Realiseer je dat een korte stilte voor jezelf al snel als heel lang aanvoelt. Probeer niet te snel een stilte te doorbreken.*

Bovenstaande technieken zijn in een zoekgesprek over seksualiteit van groot belang, omdat ze datgene, wat de cliënt vertelt, volgen en hem of daarmee stimuleren zijn verhaal te vertellen zonder dat daar een waarde-oordeel over wordt uitgesproken. Naast “volgende” technieken zijn onderstaande technieken: het stellen van vragen en het concretiseren, bruikbaar om de cliënt te helpen zijn verhaal te verduidelijken of om meer te vertellen.

#### **4.a Vragen stellen**

Vragen stellen kan op een aantal manieren gebeuren. Sommige manieren van vragen stelen zijn beter bruikbaar dan andere in een pedagogisch zoekgesprek over seksualiteit.

*Open vragen* nodigen de cliënt uit om iets te vertellen over een onderwerp dat je zelf aansnijdt of iets aan te vullen over een onderwerp dat de cliënt zelf ter sprake heeft gebracht. Open vragen beginnen bijvoorbeeld met “Wat, waar, wie, wanneer, welke”. Pas op met open vragen die beginnen met “waarom”, omdat dat voor mensen met een verstandelijk handicap een bedreigende vraag kan zijn. Beter is: “hoe komt het dat....?”

Met “kun je daar iets meer over vertellen” kan eenvoudig naar uitgebreidere informatie over een onderwerp gevraagd worden.

*Gesloten vragen* kunnen op een eenvoudige manier beantwoord worden, meestal met een “ja” of “nee”. Vermijd zo veel mogelijk gesloten vragen. Open vragen zijn minder suggestief.

Het nadeel van gesloten vragen is dat ze niet uitnodigen tot vertellen. Bovendien kan het stellen van veel gesloten vragen bij de cliënt de indruk geven van een soort kruisverhoor, waardoor hij zich bedreigd kan gaan voelen.

Tenslotte kan het stellen van gesloten vragen leiden tot sociaal wenselijke antwoorden, dat wil zeggen tot een antwoord waarvan de cliënt denkt dat jij dat graag wil horen.

*Meerkeuzevragen.* Meerkeuzevragen kunnen gesteld worden wanneer je de cliënt wil helpen met het noemen van een aantal antwoordmogelijkheden of wanneer een open vraag niet begrepen wordt. Voeg aan meerkeuzevragen (noem liefst drie alternatieven) altijd de vraag “of was het iets anders/of bedoel je iets anders” toe. Dit om te voorkomen dat de cliënt het laatste antwoord kopieert.

*Dubbele vragen.* Dubbele vragen, twee vragen in een zin, zijn in een gesprek met een cliënt niet zinvol omdat ze meestal tot verwarring leiden. Ze moeten dus vermeden worden.

#### **4.b Concretiseren**

Met concretiseren wordt bedoeld de cliënt zo nauwkeurig mogelijk laten vertellen over een bepaald onderwerp. Dat is een belangrijk aandachtspunt omdat veel begeleiders de neiging hebben om al snel denken te begrijpen wat de cliënt bedoelt, waarbij ze zichzelf of soortgelijke eerdere ervaringen als referentiekader nemen. Daarmee wordt voorbijgegaan aan het feit dat cliënten vaak een eigen terminologie ontwikkelen als het gaat om seksualiteit. Zij bedoelen soms met bepaalde woorden iets anders dan op het eerste gezicht lijkt. Gebruik altijd de taal en de woorden van een cliënt in een samenvatting. Vraag door als je iets niet begrijpt en check of je allebei hetzelfde bedoelt. Seksualiteit is een onderwerp dat vaak in versluisende termen wordt besproken. Veel cliënten kennen het woord seks, maar weten vaak niet wat er precies mee bedoeld wordt. Door te checken: “wat bedoel jij met seks, even kijken of we het over hetzelfde hebben...” voorkom je misverstanden.

#### **4.c Samenvatten**

Samenvatten van datgene wat de cliënt verteld heeft brengt structuur in het gesprek. Samenvatten kan in de loop van het gesprek gebeuren. Daarmee kun je aangeven dat je nauwkeurig geluisterd hebt naar datgene wat de cliënt heeft verteld. Bovendien kan de cliënt controleren of jij begrepen hebt wat hij verteld heeft.

Samenvatten kan gebeuren met dezelfde woorden als de cliënt heeft gebruikt maar ook met eigen woorden die hetzelfde betekenen als de woorden die de cliënt tijdens het gesprek gebruikte. Samenvatten met eigen woorden is een goed middel om te laten blijken dat je de cliënt goed hebt begrepen. Maar er schuilt ook een gevaar in: veel bewoners hebben niet zoveel woorden tot hun beschikking dat ze hun geparafraseerde verhaal als hun eigen verhaal herkennen. Parafrazering kan tot misverstanden leiden. Gebruik dus zoveel mogelijk de woorden van de cliënt.

Nodig bij elke samenvatting, tijdens het gesprek of als afsluiting, de cliënt uit om je te corrigeren als hij dat noodzakelijk vindt: “Ik ga nu vertellen waar we het over gehad hebben. Nu wil ik jou vragen heel goed op te letten of ik het wel goed zeg. Want jij hebt heel veel verteld. En misschien heb ik niet alles goed onthouden. Daarom wil ik graag dat jij mij verbetert als ik het fout zeg”.

#### **5. Afsluiting:**

Het gesprek wordt afgesloten met een korte samenvatting van hetgeen door de cliënt is verteld.

Daarnaast wordt door de begeleider in samenspraak met de cliënt vastgesteld welke onderwerpen in een pedagogisch begeleidingsgesprek aan de orde zullen komen. Het zoekgesprek kan naadloos overgaan in een begeleidingsgesprek.

Marianne Heestermans  
Februari 2008